为什么 Day One 是最好的日记应用 | Best Of

沨沄极客　07月16日

我从 2012 年 8 月份开始写纸质日记，后来逐渐尝试在日记应用中写日记，一直坚持到现在已经有 7 年了。从 2014 年转为电子日记开始，一共写下了 3263 篇日记，其中旅行相关的有 566 篇。

当我跟朋友们谈及此事时，经常会引发「我就坚持不下来」「真有毅力」之类的评价，似乎坚持写日记是一件非常困难的事情，好像称之为完成任务也不为过。我想可能是小学里强制性的日记作业给大家留下的阴影实在太深。但其实良好的写日记习惯能够为你带来非常舒适的写日记体验，一款好用的日记应用就是其中的一环。

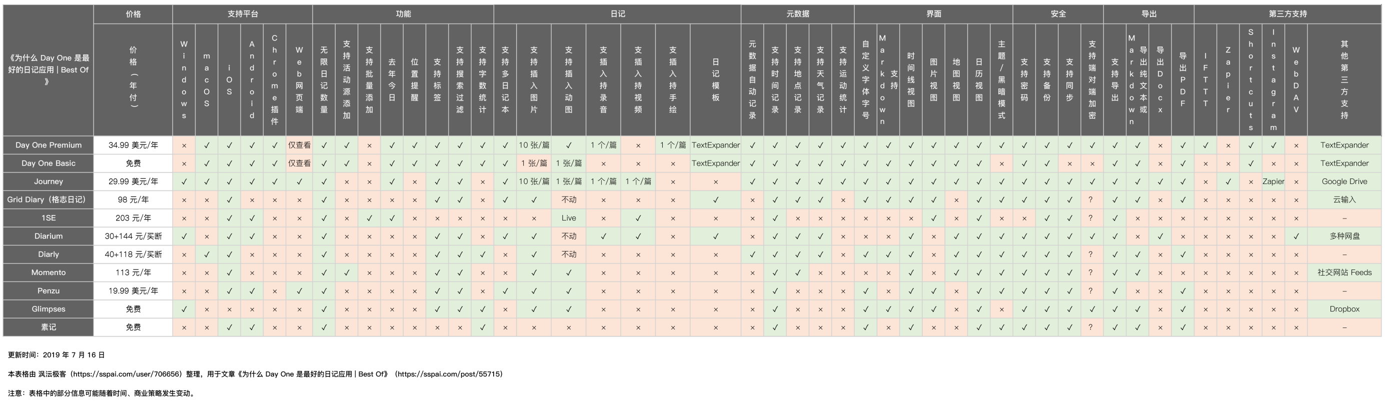
在我写日记的这段时间里，我主要使用 Day One 记录。像是「怎么写日记」「如何养成写日记的习惯」「写日记的意义」这些常见的问题，我曾经在《我们在 2018 养成的习惯》这篇文章中借助 Day One 提到过一些方法。如果你没有写日记的习惯但希望尝试，你可以参考这篇文章中的方法，用 3 分钟写日记的「日记模板」来简化写日记的流程，**来实现「自愿写日记」** 而非任务式的完成日记。

坚持写日记带给我的最大感受，就是**能够自觉重温当天的生活，用旁观者的眼光去看待自己、反思自己**。我也尝试过许

多其他日记应用，但始终觉得 Day One 的设计是最符合「日记应用」的。今天就来和大家谈一谈：为什么 Day One 是最好的日记应用。

我们先放一张对比图，方便大家对比。按照惯例，也准备了 Excel 表格版和 Notion Database 版本，方便进一步的筛选。

📥 《10 款日记应用功能对比 Excel 表》下载链接



《为什么 Day One 是最好的日记应用 | Best Of》	价格	支持平台						功能							
	价格（年付）	Windows	macOS	iOS	Android	Chrome插件	Web网页端	无限日记数量	支持活动源添加	支持批量添加	去年今日	位置提醒	支持标签	支持搜索过滤	支持字数统计
Day One Premium	34.99 美元/年	×	✓	✓	✓	✓	仅查看	✓	✓	×	✓	✓	✓	✓	✓
Day One Basic	免费	×	✓	✓	✓	✓	仅查看	✓	✓	×	✓	✓	✓	✓	✓
Journey	29.99 美元/年	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	×	×	✓	×	✓	✓	×
Grid Diary（格志日记）	98 元/年	×	×	✓	×	×	×	✓	×	×	×	×	✓	✓	×
1SE	203 元/年	×	×	✓	✓	×	×	✓	×	✓	✓	×	×	×	×
Diarium	30+144 元/买断	✓	×	✓	✓	×	×	✓	×	×	×	×	✓	✓	×
Diarly	40+118 元/买断	×	✓	✓	×	×	×	✓	×	×	×	×	✓	✓	✓
Momento	113 元/年	×	×	✓	×	×	×	✓	✓	×	×	×	✓	✓	×
Penzu	19.99 美元/年	×	×	✓	✓	×	✓	✓	×	×	×	×	✓	✓	×
Glimpses	免费	✓	×	×	×	×	×	✓	×	×	×	×	✓	✓	✓
素记	免费	×	×	✓	✓	×	×	✓	×	×	×	×	×	×	✓

《为什么 Day One 是最好的日记应用 | Best Of》	日记							元数据				
	支持多日记本	支持插入图片	支持插入动图	支插入持录音	支插入持视频	支插入持手绘	日记模板	元数据自动记录	支持时间记录	支持地点记录	支持天气记录	支持运动统计
Day One Premium	✓	10 张/篇	✓	1 个/篇	×	1 个/篇	TextExpander	✓	✓	✓	✓	✓
Day One Basic	✓	1 张/篇	1 张/篇	×	×	×	TextExpander	✓	✓	✓	✓	✓
Journey	✓	10 张/篇	1 张/篇	1 个/篇	1 个/篇	×	×	✓	✓	✓	✓	✓
Grid Diary（格志日记）	✓	✓	不动	×	×	×	✓	×	✓	✓	✓	×
1SE	×	×	Live	×	✓	×	×	×	✓	×	×	×
Diarium	✓	✓	不动	✓	✓	×	✓	×	✓	✓	✓	×
Diarly	×	✓	不动	×	×	×	×	✓	✓	✓	✓	×
Momento	×	✓	✓	×	×	×	×	×	✓	✓	×	×
Penzu	✓	✓	✓	×	×	×	×	×	✓	×	×	×
Glimpses	×	✓	✓	×	×	×	×	×	✓	×	×	×
素记	×	×	×	×	×	×	×	×	✓	×	×	×

《为什么 Day One 是最好的日记应用 | Best Of》	界面							安全			
	自定义字体字号	Markdown 支持	时间线视图	图片视图	地图视图	日历视图	主题/黑暗模式	支持密码	支持备份	支持同步	支持端对端加密
Day One Premium	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Day One Basic	✓	✓	✓	✓	✓	✓	×	✓	✓	×	×
Journey	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Grid Diary（格志日记）	✓	✓	✓	✓	×	✓	✓	✓	✓	✓	?
1SE	×	×	×	✓	×	✓	×	×	✓	✓	?
Diarium	×	×	✓	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Diarly	✓	✓	✓	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	?
Momento	×	×	✓	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	?
Penzu	✓	×	✓	✓	×	✓	✓	✓	✓	✓	?
Glimpses	✓	✓	✓	✓	×	✓	×	✓	✓	✓	✓
素记	✓	×	✓	×	×	✓	✓	✓	✓	✓	?

《为什么 Day One 是最好的日记应用 | Best Of》	导出				第三方支持					
	支持导出	导出纯文本或 Markdown	导出 Docx	导出 PDF	IFTTT	Zapier	Shortcuts	Instagram	WebDAV	其他第三方支持
Day One Premium	✓	✓	×	✓	✓	×	✓	✓	×	TextExpander
Day One Basic	✓	✓	×	✓	×	×	✓	×	×	TextExpander
Journey	✓	✓	✓	✓	×	✓	×	Zapier	×	Google Drive
Grid Diary（格志日记）	✓	✓	×	✓	×	×	×	×	×	云输入
1SE	✓	×	×	×	×	×	×	×	×	–
Diarium	✓	×	✓	×	×	×	×	×	✓	多种网盘
Diarly	✓	✓	×	✓	×	×	×	×	×	–
Momento	✓	✓	×	×	×	×	×	×	×	社交网站 Feeds
Penzu	✓	×	×	✓	×	×	×	×	×	–
Glimpses	✓	✓	×	✓	×	×	×	×	×	Dropbox
素记	✓	✓	×	✓	×	×	×	×	×	–

更新时间：2019 年 7 月 16 日

本表格由 沨沄极客（https://sspai.com/user/706656）整理，用于文章《为什么 Day One 是最好的日记应用 | Best Of》（https://sspai.com/post/55715）

注意：表格中的部分信息可能随着时间、商业策略发生变动。

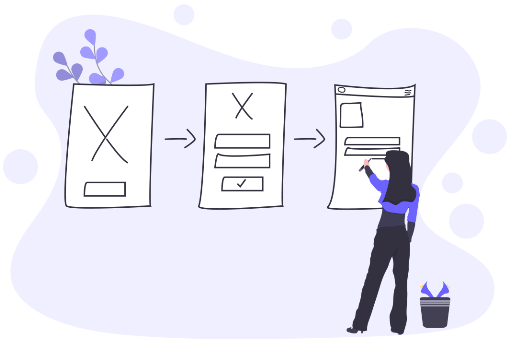
10 款日记应用功能对比图（点击查看大图）

充分发挥优势的数字化日记

在讲 Day One 之前，我想先讲讲为什么人们选择用电子产品写日记而不在纸质本子上手写日记？我认为主要原因在于 **信息量**、**便利性**、**安全性**。

- 手写日记的**内容以文字为主**，除了拍立得、印刷照片之外没有什么图片内容，还有写字潦草之类的问题；便利性上，你需要有一本日记本，不便携带、不便回看、不便保存；实体日记也很难保证不被别人翻看。而电子产品恰恰解决了这些问题。

- 数字化的日记能够让**内容极大丰富**，以大量照片为主，文字为辅，还有音频视频，并能通过照片元数据信息极大地丰富日记内容（天气、地点、步数等）；便利性不用提，**随时随地记录、同步**，比纸质本子方便的多；多重密码、支持导出也**为安全性提供了保障**。更不用提分享方便等优点了。



从手写日记到电子日记

信息量
便利性
安全性

日记不同于书籍，日记可以带有很强的个人倾向，选择纸质化还是数字化可以自己决定（而非出版社），很容易进行比较。**个人日记走向数字化几乎是历史的必然**，因为电子日记的优势过于明显。只要你不是非常热爱手写、不擅长使用电子产品，或者是纸质手账爱好者，我相信每个人都愿意尝试在电子设备上写日记，并逐渐抛弃手写日记。

日记的信息量、便利性、安全性是数字化日记应用共有的优点，而 **Day One 在发挥数字化优势方面做到了业界领先的水平**。便利性方面有快捷记录、有自动化、有多平台的客户端；信息量方面有图片记录、音频记录、元数据记录；安全性方面有密码保护、有备份、有导出。能和 Day One 一拼的也只有 Journey，但 Journey 又由于一些原因很难在国内使用（稍后会讲），Day One 自然就成为了日记应用的首选。

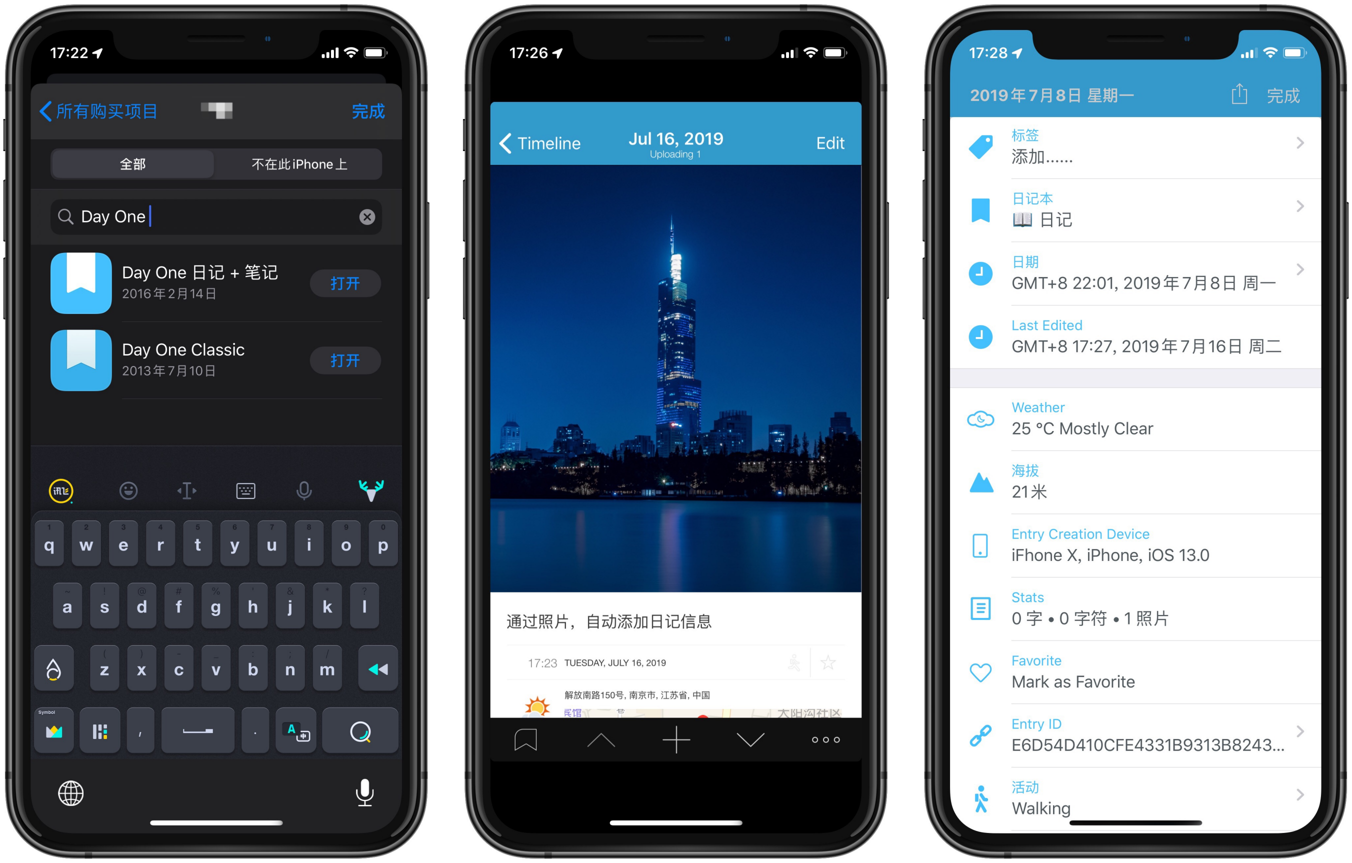
Day One 为什么是最佳日记应用

这里讨论的日记应用要加一些限定范围：**主要功能是日记或自己定义为日记本的应用**。如果你只是想随手写点东西，不考虑后续的保存，那任何一款笔记应用、甚至是记事本都能满足你的要求。如果将所有笔记应用加入讨论范围，那就不再是「日记」的讨论了。我们要讲的是「满足长时间的撰写日记需求」的应用。

在所有的日记应用中，说 Day One 是最出名的那个也不为过，Day One 多次获得苹果的年度应用、Apple 设计奖，更曾在 App Store 获得过 150000 个五星好评。但是为什么？Day One 究竟有什么特别之处，能让那么多人对它交口称赞？

信息量：独家的元数据整合

我最初从纸质日记转到电子日记时就是用的 Day One Classic（1 代），当初每篇日记还只能添加一张照片，而我正是被它的「添加照片自动记录时间、天气」所吸引。我本以为这一功能应该是日记应用的基础，直到我尝试了许多日记应用，竟然只有极少的应用提供类似的功能。



Day One

Day One 日记 + 笔记
2016年2月14日

Day One Classic
2013年7月10日

Jul 16, 2019
Uploading 1

通过照片，自动添加日记信息

17:23 TUESDAY, JULY 16, 2019

解放南路150号, 南京市, 江苏省, 中国

2019年7月8日 星期一

标签
添加……

日记本
📖 日记

日期
GMT+8 22:01, 2019年7月8日 周一

Last Edited
GMT+8 17:27, 2019年7月16日 周二

Weather
25 °C Mostly Clear

海拔
21米

Entry Creation Device
iFhone X, iPhone, iOS 13.0

Stats
0 字 • 0 字符 • 1 照片

Favorite
Mark as Favorite

Entry ID
E6D54D410CFE4331B9313B8243...

活动
Walking

从 Day One 1 就有的元数据信息对比

照片本身的 EXIF 信息只是记录，**而 Day One 还做了一个自动整合的工作**，随着版本的更新，Day One 的元数据信息越来越丰富。现在已经可以仅通过一张照片的 EXIF 信息，自动读取 iOS 设备当时的健康数据，来自动添加「位置、日期、天气、气温、海拔、设备信息、活动信息、步数」等诸多信息。同时根据照片拍摄的时间，自动将日记分配到当天。

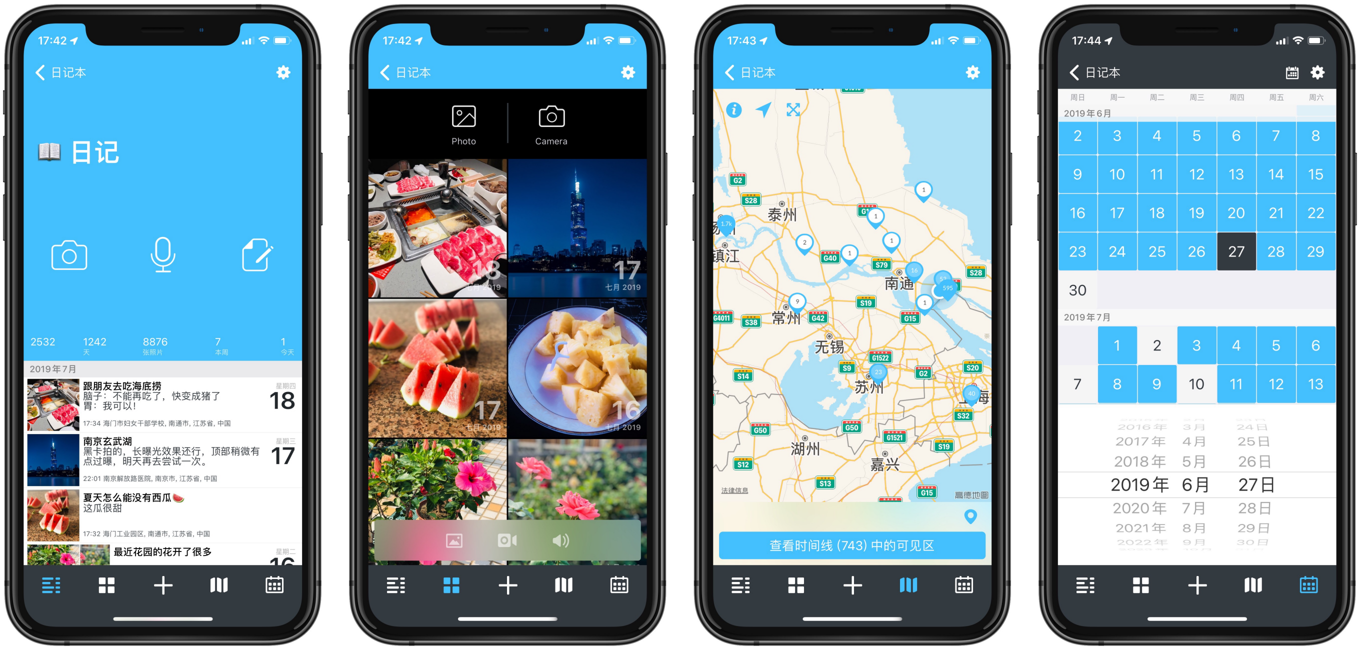
为什么元数据信息这么重要？因为它是一种「描述数据的数据」（Data that describes other data）[1]

。以我的理解，它能够更准确地描述一个事物本身。而日记本身的作用就是记录，记录的内容越丰富，回顾时也就越详细。

当你使用其他日记应用记录时，就只有图片、文字，这在信息的记录量、精细程度上有着本质的区别。同样一篇「300 字 + 一张图片」的日记，Day One 还能告诉你当天的天气如何、在哪里写的、当天走了多少步……并且可以根据元数据来筛选，这就要提到 Day One 的便利性了。

便利性：最全面的回顾功能

Day One 不是我见过的界面最精美的应用，但它算得上是视图设计做的最好的应用之一了。**Day One 的整个界面设计，全部都是围绕着「回顾」来做的**：


跟朋友去吃海底捞
脑子：不能再吃了，快变成猪了
胃：我可以！
17:34 海门市妇女干部学校, 南通市, 江苏省, 中国

南京玄武湖
黑卡拍的，长曝光效果还行，顶部稍微有点过曝，明天再去尝试一次。
22:01 南京解放路医院, 南京市, 江苏省, 中国

夏天怎么能没有西瓜🍉
这瓜很甜
17:32 海门工业园区, 南通市, 江苏省, 中国

最近花园的花开了很多

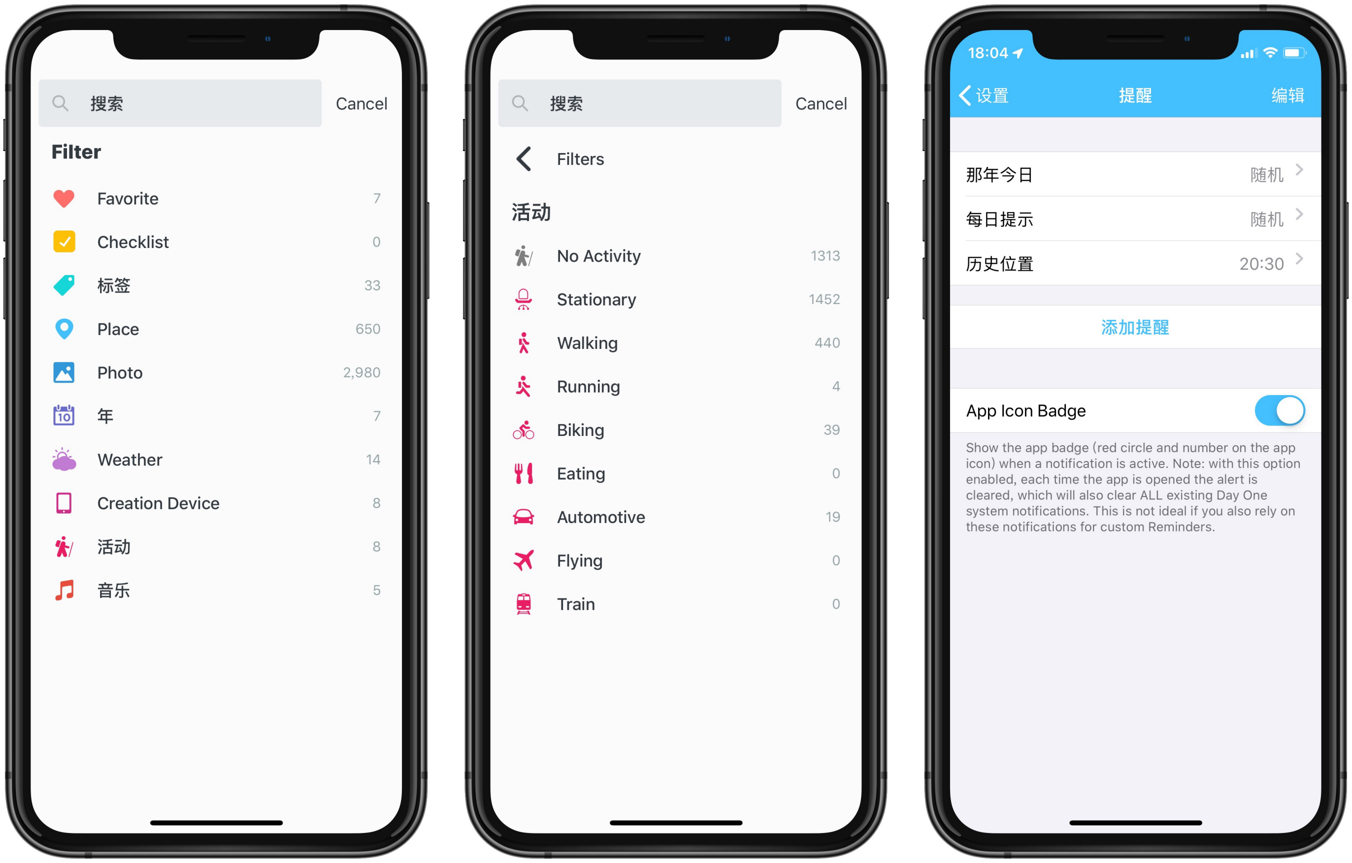
17:42
日记本
日记
2532
1242
天
8876
张照片
7
本周
1
今天
2019 年 7 月
星期四
18
星期三
17
星期二
16
Photo
Camera
17:43
泰州
镇江
南通
常州
无锡
苏州
湖州
嘉兴
查看时间线 (743) 中的可见区
17:44
2019 年 6 月
2019 年 7 月
2019 年 6 月 27 日

四种视图都是为回顾而生的

- **四种视图**，对应着四种回顾的场景：时间流、照片流、地图、日历；
- **搜索功能**，可以和元数据结合，能按标签、天气、位置、活动、设备进行筛选；
- **提醒功能**，除了每日提醒还有那年今日、按历史位置提

醒等，**主动提醒**你回顾以往日记。

尤其是**按条件搜索**和**按位置提醒**的功能，这些功能在大多数日记应用中都是没有的，或者说大部分应用只是象征性地做了一下，并没有深挖「为什么要这么做」。前面讲到 Day One 整理元数据的作用，在这里体现了出来。



Filter	
Favorite	7
Checklist	0
标签	33
Place	650
Photo	2,980
年	7
Weather	14
Creation Device	8
活动	8
音乐	5

活动	
No Activity	1313
Stationary	1452
Walking	440
Running	4
Biking	39
Eating	0
Automotive	19
Flying	0
Train	0

那年今日 随机

每日提示 随机

历史位置 20:30

App Icon Badge ●

Show the app badge (red circle and number on the app icon) when a notification is active. Note: with this option enabled, each time the app is opened the alert is cleared, which will also clear ALL existing Day One system notifications. This is not ideal if you also rely on these notifications for custom Reminders.

搜索元数据、那年今日、位置提醒等

日记是否便于回顾，也为写日记赋予了更多意义。我已经不止一次在旅游途中因为看到 Day One 弹出的「历史位置回顾」提醒，想起当初的游玩经历，跟身边的朋友交流。

安全性：达到平均水平的安全保障

很多人不愿意在手机上写日记的一个原因是担心被别人看

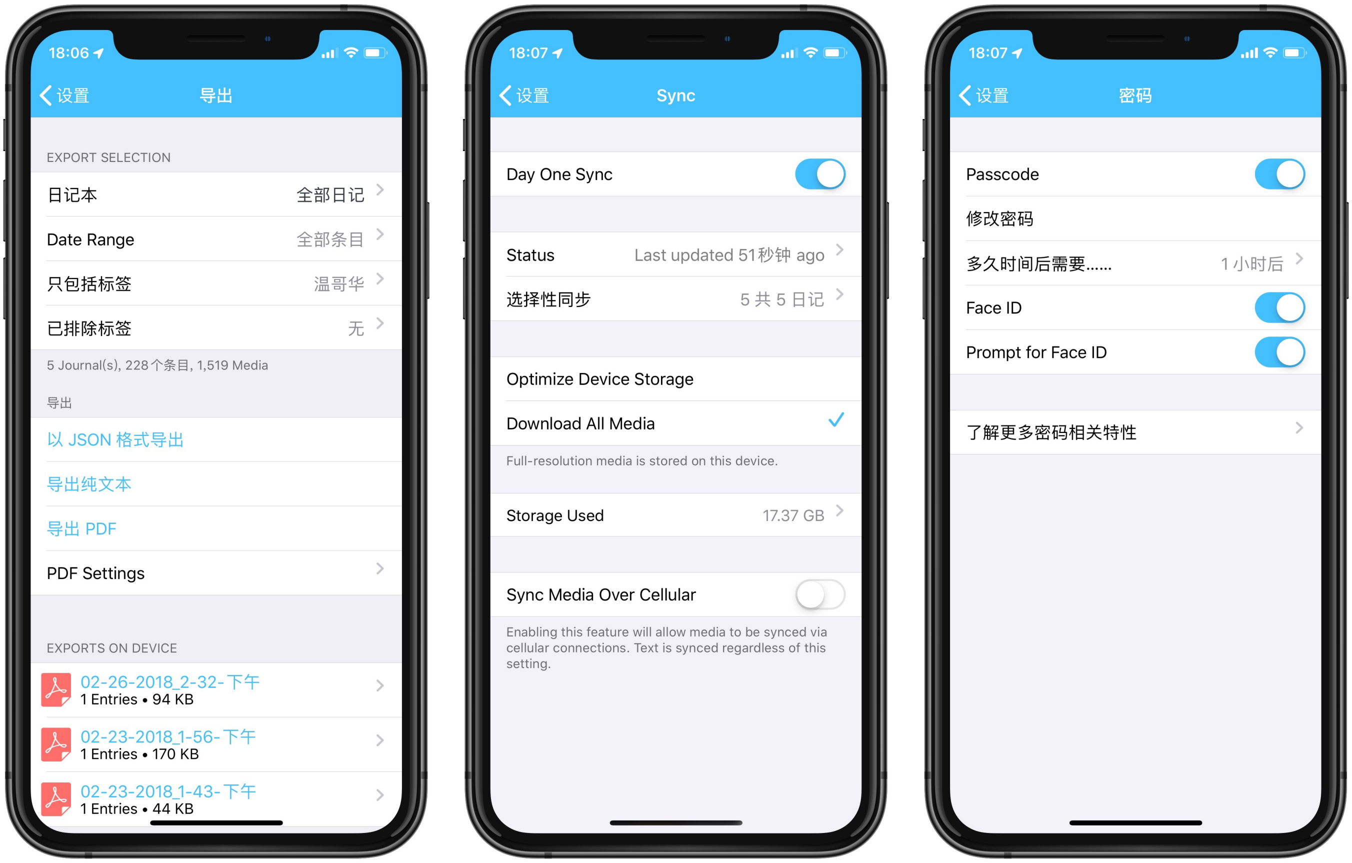
到，如今绝大多数的日记应用都支持了密码锁定。也有人担心在手机上写了以后换手机就没了，如今日记应用也支持了各种格式的导出。

在安全性方面 Day One 并没有特别出彩的优势。这也是因为大多数应用都能轻松实现 Face ID 解锁、密码解锁等基础功能。纵使 Day One 提供端对端加密，它的表现也并不突出。

更新：经读者 @Devin 提醒补充一点，Day One 在 macOS 上的图片是直接存放在 Library 目录中的[2]

。确实有一定的风险，但在 Day One 有端对端加密的情况下，别人需要接触机器本身才能获取数据。而密码的作用是锁定应用本身，属于防君子不防小人。如果非常在意数据安全，还是建议不要和别人共享用户账户、使用 FileVault 加密、随时锁定机器，或者干脆只用手机版来规避风险。iOS 和 Android 版的数据都是只能通过应用打开，安全性更高。

导出格式方面，大多数日记应用为了让用户放心使用，也会愿意让用户导出数据。Day One 提供了 JSON、纯文本、PDF 这三种导出格式，并不算非常多，JSON 和纯文本用的也比较少。可以视作只有 PDF 一种导出方式。同类应用可能会支持以 HTML、DOCX 格式导出。**但 Day One 在导出时可以自由根据标签、日期、日记本来选择性导出**，不至于导出太多出现问题。两者互补，算是做到了日记应用的平均水准。



18:06

设置 导出

EXPORT SELECTION

日记本 全部日记

Date Range 全部条目

只包括标签 温哥华

已排除标签 无

5 Journal(s), 228 个条目, 1,519 Media

导出

以 JSON 格式导出

导出纯文本

导出 PDF

PDF Settings

EXPORTS ON DEVICE

02-26-2018_2-32- 下午
1 Entries • 94 KB

02-23-2018_1-56- 下午
1 Entries • 170 KB

02-23-2018_1-43- 下午
1 Entries • 44 KB

18:07

设置 Sync

Day One Sync

Status Last updated 51秒钟 ago

选择性同步 5 共 5 日记

Optimize Device Storage

Download All Media ✓

Full-resolution media is stored on this device.

Storage Used 17.37 GB

Sync Media Over Cellular

Enabling this feature will allow media to be synced via cellular connections. Text is synced regardless of this setting.

18:07

设置 密码

Passcode

修改密码

多久时间后需要...... 1 小时后

Face ID

Prompt for Face ID

了解更多密码相关特性

导出、同步、密码是日记应用的标配

扩展功能：第三方支持

第三方支持是 Day One 的强项，**单说一个「支持 IFTTT」就能胜过其他的日记应用**，因为接入 IFTTT 就意味着你能和其他应用产生无限多的联动。

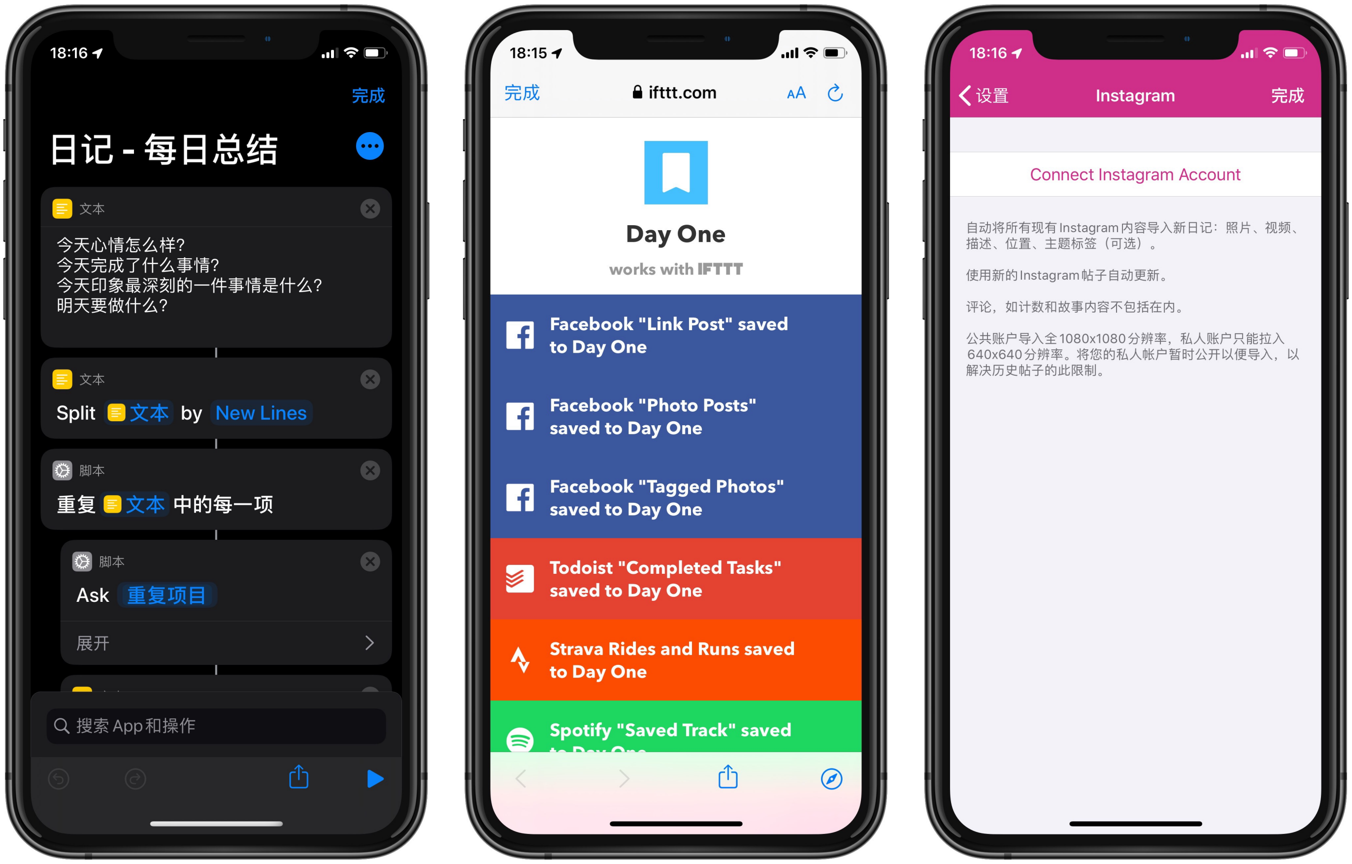
- 自动把当天完成的 Todoist 任务存进 Day One
- 自动把 Twitter 上的 Tweets 存进 Day One
- 自动把 Youtube 喜欢的视频链接存进 Day One
- 自动把 Instapaper 中喜欢的文章存进 Day One
- ……

它还支持 TextExpander，事先编辑好一段日记模板，在各个平台都可以一键应用模板。

在 Day One 推出 Chrome 插件之前，我为了在 Windows 上写日记，还通过印象笔记 + IFTTT 的方法，将日记同步到 Day One 中。（顺带一提，现在可以通过 Chrome 插件 + Quicker 的日记模板动作 来实现在 Windows 上写日记。）

除了借助 IFTTT，**Day One 还支持自动将 Instagram 的内容存进 Day One**，就算没有每天写日记的习惯，玩玩 Instagram 都能记录下不少。

Siri 和 Shortcuts 的支持更不用提，我至今还在每天使用文刀做的 每日总结 Shortcuts 动作来写日记。如果你经常将事件添加到日历中，那就更方便了，Day One 可以将最近六周的位置信息、日历信息作为「活动源」，帮助你更快回忆起当初在做什么，不愁提笔忘字没内容可写。



日记 - 每日总结

今天心情怎么样?
今天完成了什么事情?
今天印象最深刻的一件事情是什么?
明天要做什么?

Split 文本 by New Lines

重复 文本 中的每一项

Ask 重复项目

Day One
works with IFTTT

Facebook "Link Post" saved to Day One

Facebook "Photo Posts" saved to Day One

Facebook "Tagged Photos" saved to Day One

Todoist "Completed Tasks" saved to Day One

Strava Rides and Runs saved to Day One

Spotify "Saved Track" saved to Day One

Connect Instagram Account

自动将所有现有 Instagram 内容导入新日记：照片、视频、描述、位置、主题标签（可选）。

使用新的 Instagram 帖子自动更新。

评论，如计数和故事内容不包括在内。

公共账户导入全 1080x1080 分辨率，私人账户只能拉入 640x640 分辨率。将您的私人帐户暂时公开以便导入，以解决历史帖子的此限制。

丰富的第三方支持

可以发现，Day One 在所有日记应用都有的功能之外，还添加了许多细节功能、高级功能。这里还没有提到「语音日记、手写日记」这些特色功能，就足以让 Day One 登上宝座。界面是否美观可以各执一词，但是实现独创的功能就是实打实的开发成本。正是这些功能，才是 Day One 胜利的根本。

Day One 的竞争品对比

从整体功能上看，Day One 已经做得很好，足以称之为日记的 Best Of。但也要承认 Day One 不是完美的，最典型的问题莫过于价格太贵、没有 Windows 客户端之类的。

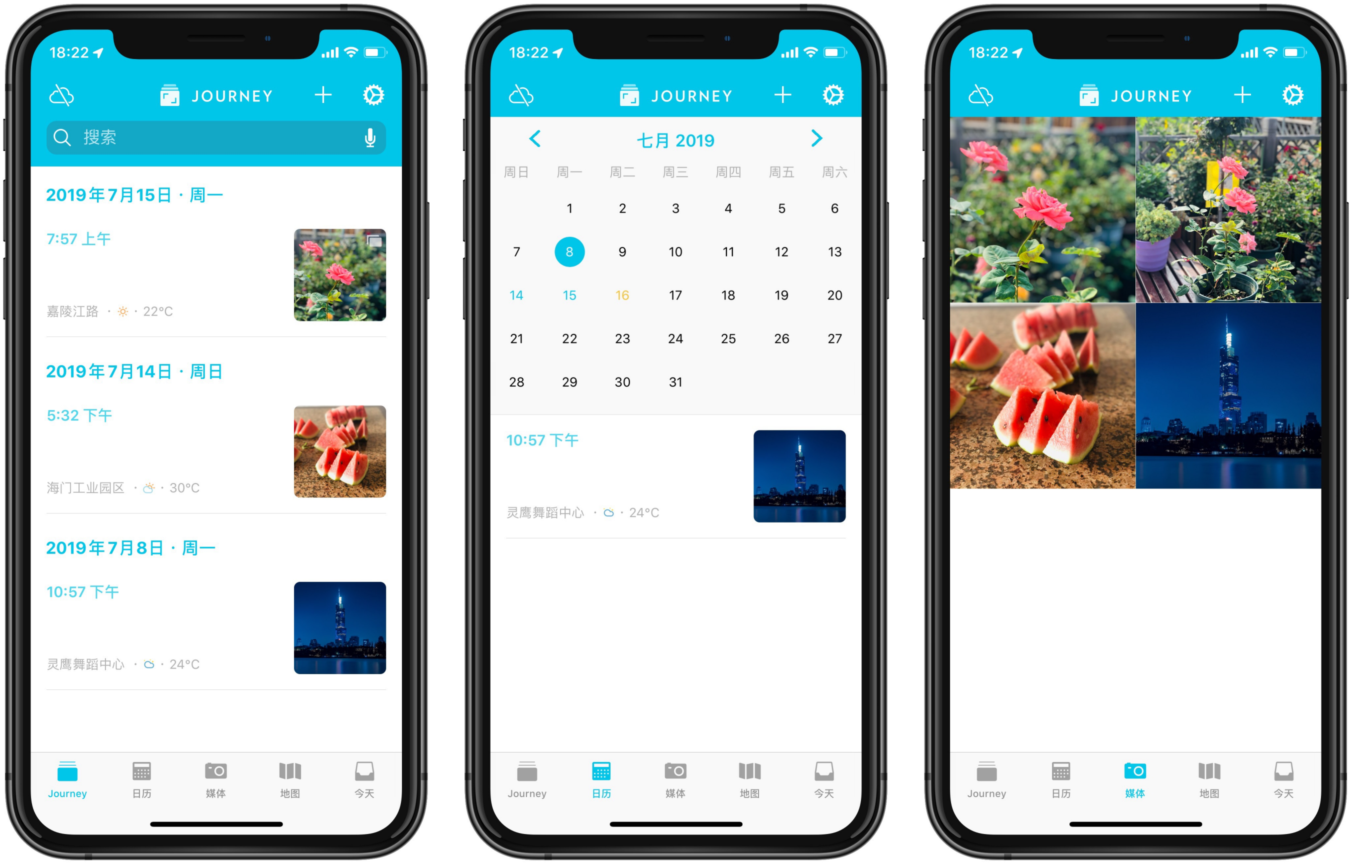
考虑到**日记是非常个性化的**，我喜欢图片配文字的形式，也有人喜欢以视频的形式；我喜欢在手机上记录，也有人喜欢用电脑记录；我看重它的自动记录，也有人喜欢全部手动……在这一部分我会介绍一些日记应用的竞品，看看它们和 Day One 相比又有哪些优点和缺点。

Journey：依赖 Google 服务的小众日记

如果说 Day One 最初是为 iOS、macOS 而生的，那么 Journey 本应是 Android 用户的首选。

从各方面来看， Journey 的表现是最接近 Day One 的。而且支持添加 200 MB 以内的视频文件，而 Day One 是完全不支持视频日记的（7 月 23 日更新：4.0 版本已经支持），而且在照片数据自动添加、安全性方面都不输给 Day One。不得

不说它是一个强有力的竞争对手。


18:22
JOURNEY
搜索
2019年7月15日 · 周一
7:57 上午
嘉陵江路 · 22°C
2019年7月14日 · 周日
5:32 下午
海门工业园区 · 30°C
2019年7月8日 · 周一
10:57 下午
灵鹰舞蹈中心 · 24°C
Journey
日历
媒体
地图
今天
七月 2019
周日
周一
周二
周三
周四
周五
周六
10:57 下午
灵鹰舞蹈中心 · 24°C

Journey 和 Day One 功能类似

但 Journey 有功能是不如 Day One 的，它支持「读取照片 EXIF 数据」却不支持通过数据筛选；它支持「日历视图、地图视图」却不提供地点回顾；它支持「Zapier 自动化」，却不做官方联动、应用内也没有提示；它稍便宜一些、提供「买断 + 订阅」两种付费方式，买断时却需要为平台分别付费且不享受云服务……它总在关键性功能上差了那么一截，只能屈居第二。

而且 Journey 面临的客观问题也一样严重，它只能用 Google 账号登录，需要将所有内容存放在 Google Drive 上，地图使用的是 Google Maps……**极度依赖 Google 系列的服务让它在国内几乎处于不可用的状态**，也使得它在国外多次获奖，在

国内却鲜有人知。即便能够正常访问服务，仍然有很多人反映在国内登录 Journey PC 版本时会出现错误代码。

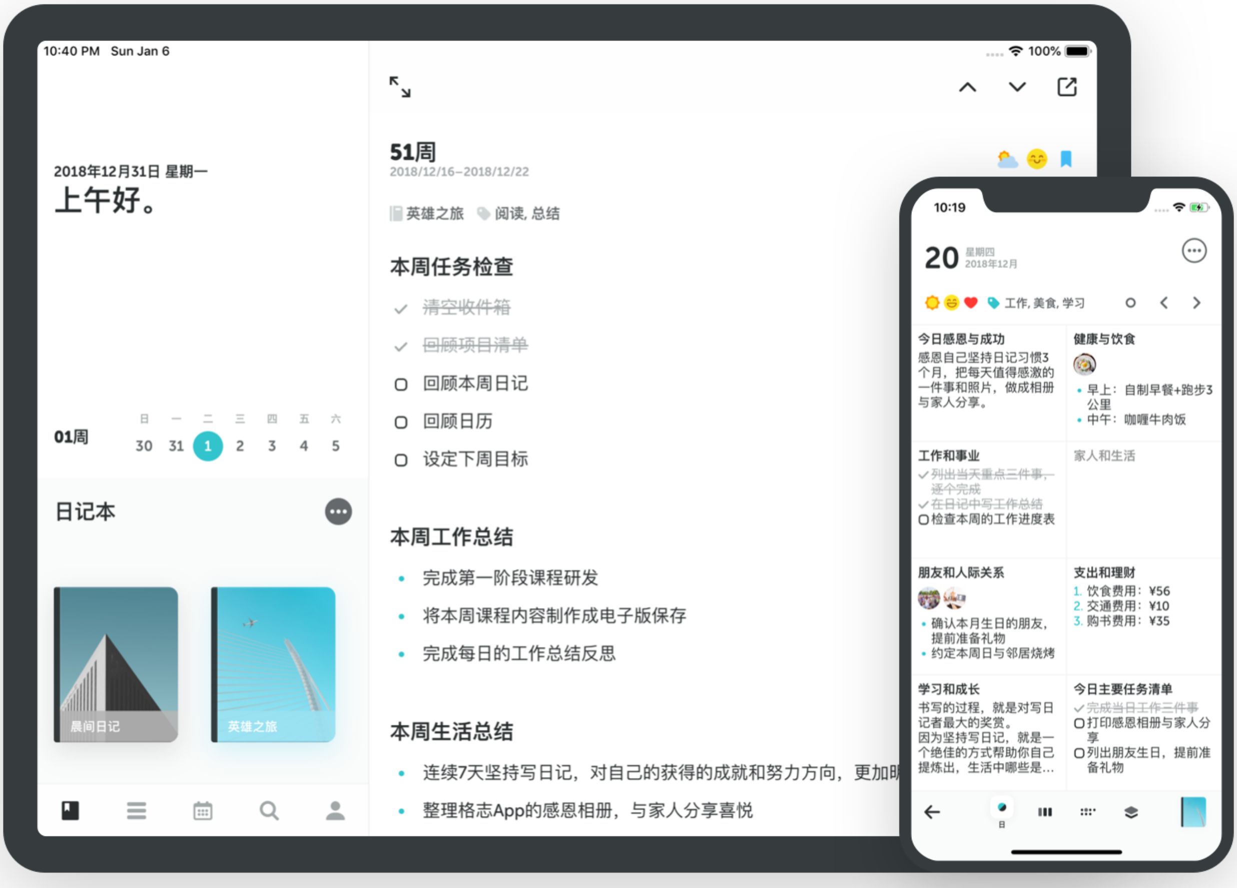
如果你觉得上面这些功能并非必要可以接受，而且正在使用 Android 手机和 Windows 电脑且不想用网页版，那么在能够保证稳定访问 Google 全套服务的情况下，Journey 或许才能取代 Day One 成为首选。

对比小结： Journey 和 Day One 基础功能不相上下，但网络环境决定了 Journey 无法在国内大范围使用。如果不考虑网络环境，Day One 只有些许优势。

格志日记：新鲜有趣的问答式日记

格志日记我一直有关注，它采用的是一种问答式的日记模板，通过回答预设的问题来记录下自己的生活。仅提供 iOS 版本，关于它，我们在首页也做过介绍：《更完善的整理和回顾，「自问自答」的格志日记迎来全新版本》，可以在这里详细了解它。

问答引导的形式相比纯文字、图片+文字的形式要更新鲜有趣，很容易吸引尝鲜用户的目光，优秀的界面设计、丰富的用户交互，相信有很多人会被它的形式和颜值所吸引，还能解决「没什么可写」的问题。是日记应用中独特且有创意的一款。


10:40 PM Sun Jan 6

2018年12月31日 星期一

上午好。

01周

日	一	二	三	四	五	六
30	31	1	2	3	4	5

日记本

51周

2018/12/16–2018/12/22

英雄之旅 阅读, 总结

本周任务检查

- ✓ ~~清空收件箱~~
- ✓ ~~回顾项目清单~~
- ○ 回顾本周日记
- ○ 回顾日历
- ○ 设定下周目标

本周工作总结

- 完成第一阶段课程研发
- 将本周课程内容制作成电子版保存
- 完成每日的工作总结反思

本周生活总结

- 连续7天坚持写日记，对自己的获得的成就和努力方向，更加
- 整理格志App的感恩相册，与家人分享喜悦

10:19

20 星期四 2018年12月

工作, 美食, 学习

今日感恩与成功

感恩自己坚持日记习惯3个月，把每天值得感激的一件事和照片，做成相册与家人分享。

健康与饮食

- 早上：自制早餐+跑步3公里
- 中午：咖喱牛肉饭

工作和事业

- ✓ ~~列出当天重点三件事，逐个完成~~
- ✓ ~~在日记中写工作总结~~
- ○ 检查本周的工作进度表

家人和生活

朋友和人际关系

- 确认本月生日的朋友，提前准备礼物
- 约定本周日与邻居烧烤

支出和理财

1. 饮食费用：¥56
2. 交通费用：¥10
3. 购书费用：¥35

学习和成长

书写的过程，就是对写日记者最大的奖赏。
因为坚持写日记，就是一个绝佳的方式帮助你自己提炼出，生活中哪些是…

今日主要任务清单

- ✓ ~~完成当日工作三件事~~
- ○ 打印感恩相册与家人分享
- ○ 列出朋友生日，提前准备礼物

格志日记 / 来源官网

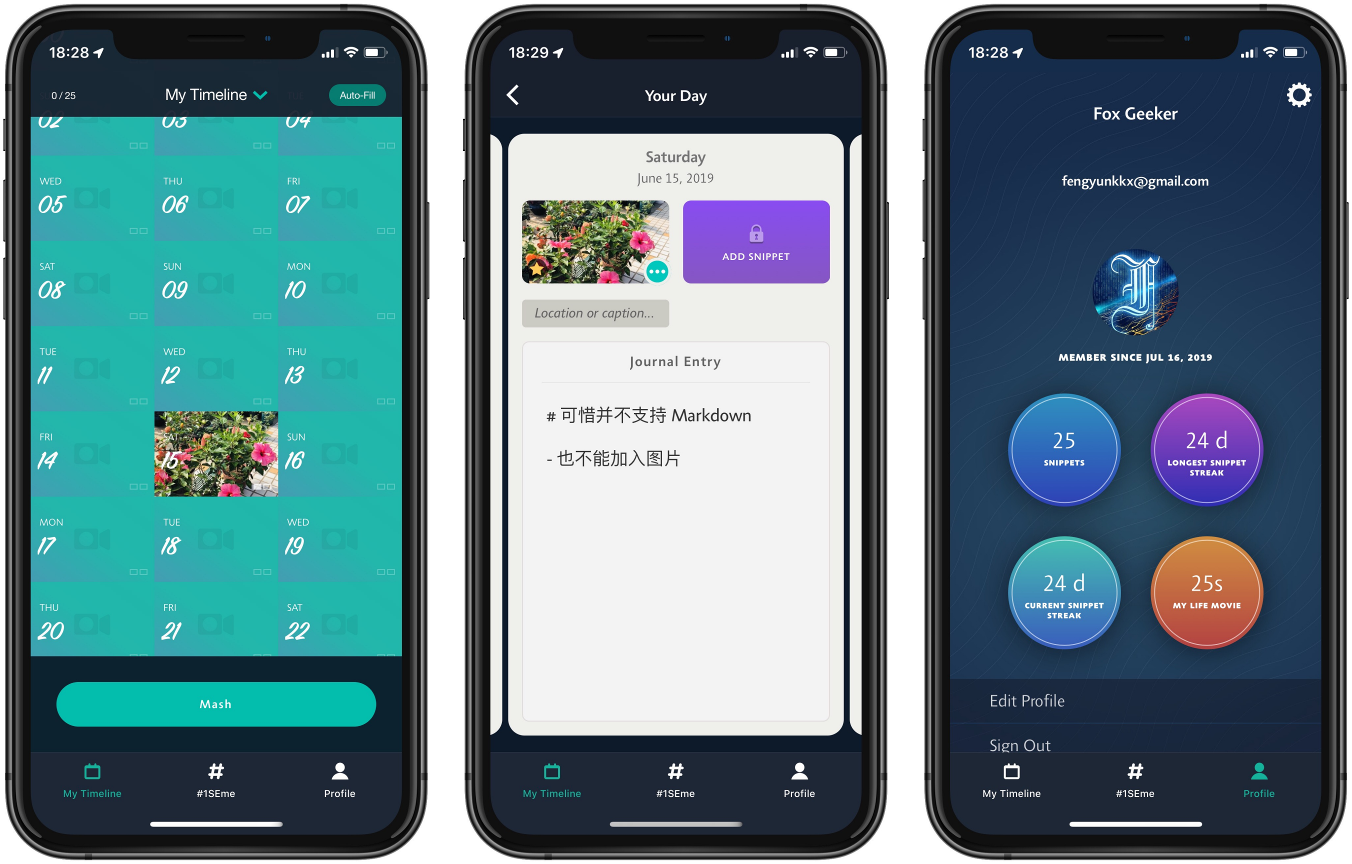
格志日记与 Day One 的图片导向不同，它是问答导向的。所以你需要输入大量的文字来丰富一篇日记。由此带来的问题是**在手机上写一次日记的时间太长了**。默认模板中有八个问题，就算每个问题回答 1-2 分钟，不包括插入图片的时间，你也需要在手机上连续编辑十几分钟（好在可以用云输入来补充）。如果问题本身比较空洞，回答起来也并不轻松，比如「今日感恩与成功」「朋友和人际关系」，我在这些问题里回答什么好呢?

所以在使用格志日记时，一定要设计一些有趣的问题作为自己的日记模板，并时不时做一些改变，否则不容易坚持下来。

对比小结： 格志日记和 Day One 可以说是两个方向的产品，比较之下，格志日记更新鲜有趣，信息量丰富。但写日记的便利性不足，需要分别编辑多个格子，容易消磨耐心。

1SE：最为特殊的视频日记

1SE 的全名是 1 Second Everyday 是这里最为特殊的一款应用，它主打的是短视频日记。1SE 可以一次获取最近三周的视频（Live Photos 也算）全部添加到 Timeline 中，最近 Vlog 越来越火，很多人开始用视频记录自己的生活。如果每天都会拍摄一些视频，1SE 似乎是个不错的选择。它提供了 iOS 和 Android 版。


18:28
0 / 25
My Timeline
Auto-Fill
02
03
04
WED 05
THU 06
FRI 07
SAT 08
SUN 09
MON 10
TUE 11
WED 12
THU 13
FRI 14
SAT 15
SUN 16
MON 17
TUE 18
WED 19
THU 20
FRI 21
SAT 22
Mash
My Timeline
#1SEme
Profile
18:29
Your Day
Saturday
June 15, 2019
ADD SNIPPET
Location or caption...
Journal Entry
My Timeline
#1SEme
Profile
18:28
Fox Geeker
fengyunkkx@gmail.com
MEMBER SINCE JUL 16, 2019
25
SNIPPETS
24 d
LONGEST SNIPPET STREAK
24 d
CURRENT SNIPPET STREAK
25s
MY LIFE MOVIE
Edit Profile
Sign Out
My Timeline
#1SEme
Profile

# 可惜并不支持 Markdown

- 也不能加入图片

1SE

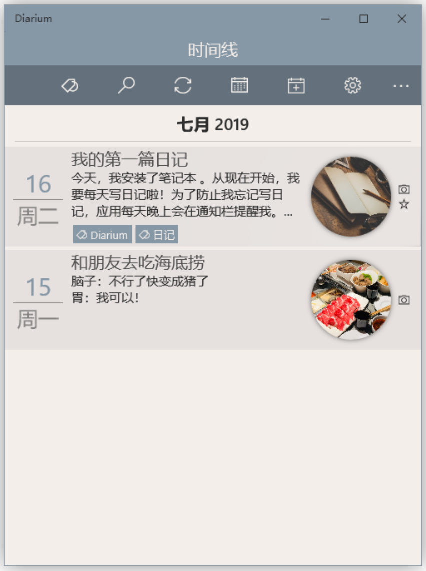
但一经试用我就发现，**它完全不支持插入图片、Markdown**

等相对基础的功能，这就让它在视频方面绰绰有余，但文字记录一塌糊涂，这也成为了它最大的短板。它的价格和 Day One 持平，但因为功能上的因噎废食，并不推荐。需要用户去适应它，才能作为日记应用来使用。

对比小结： 1SE 不是一款传统意义上的文字日记应用，但短板过于明显，适合习惯用视频记录的用户。不推荐习惯图文日记的用户使用。

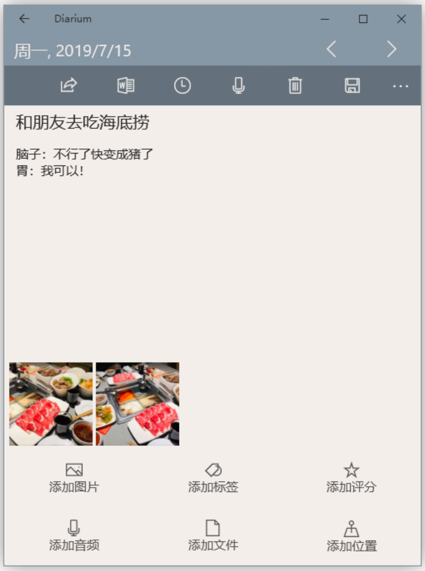
Diarium：Windows 的日记应用

并不是每个人都能接受网页端、在插件上写日记的。**对 Windows 用户而言，Day One 最大的短板在于没有客户端。** 所以这里也推荐一款 Windows 下的日记应用：Diarium，它有着 Windows、Android、iOS 三款客户端（需要分别买断），Diarium 的本地化做的不错，有全中文界面。视图方面默认显示日历，可以在设置中修改为时间线视图。每一天只能添加一篇日记，要加内容也只能在这篇日记中添加。


Diarium
时间线
七月 2019
16
周二
Diarium
日记
15
周一

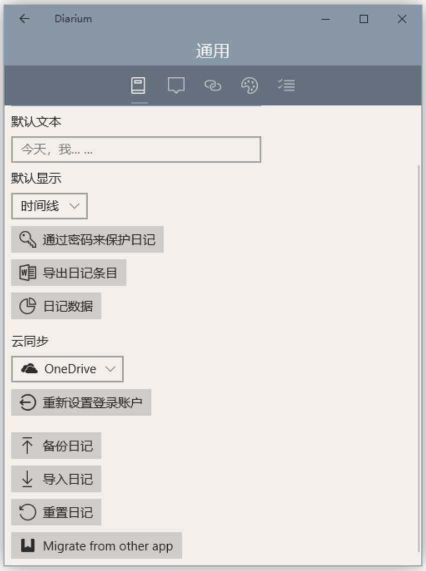
我的第一篇日记
今天，我安装了笔记本 。从现在开始，我要每天写日记啦！为了防止我忘记写日记，应用每天晚上会在通知栏提醒我。...

和朋友去吃海底捞
脑子：不行了快变成猪了
胃：我可以！


Diarium
周一, 2019/7/15
添加图片
添加标签
添加评分
添加音频
添加文件
添加位置

和朋友去吃海底捞

脑子：不行了快变成猪了
胃：我可以！


Diarium
通用
通过密码来保护日记
导出日记条目
日记数据
重新设置登录账户
备份日记
导入日记
重置日记
Migrate from other app

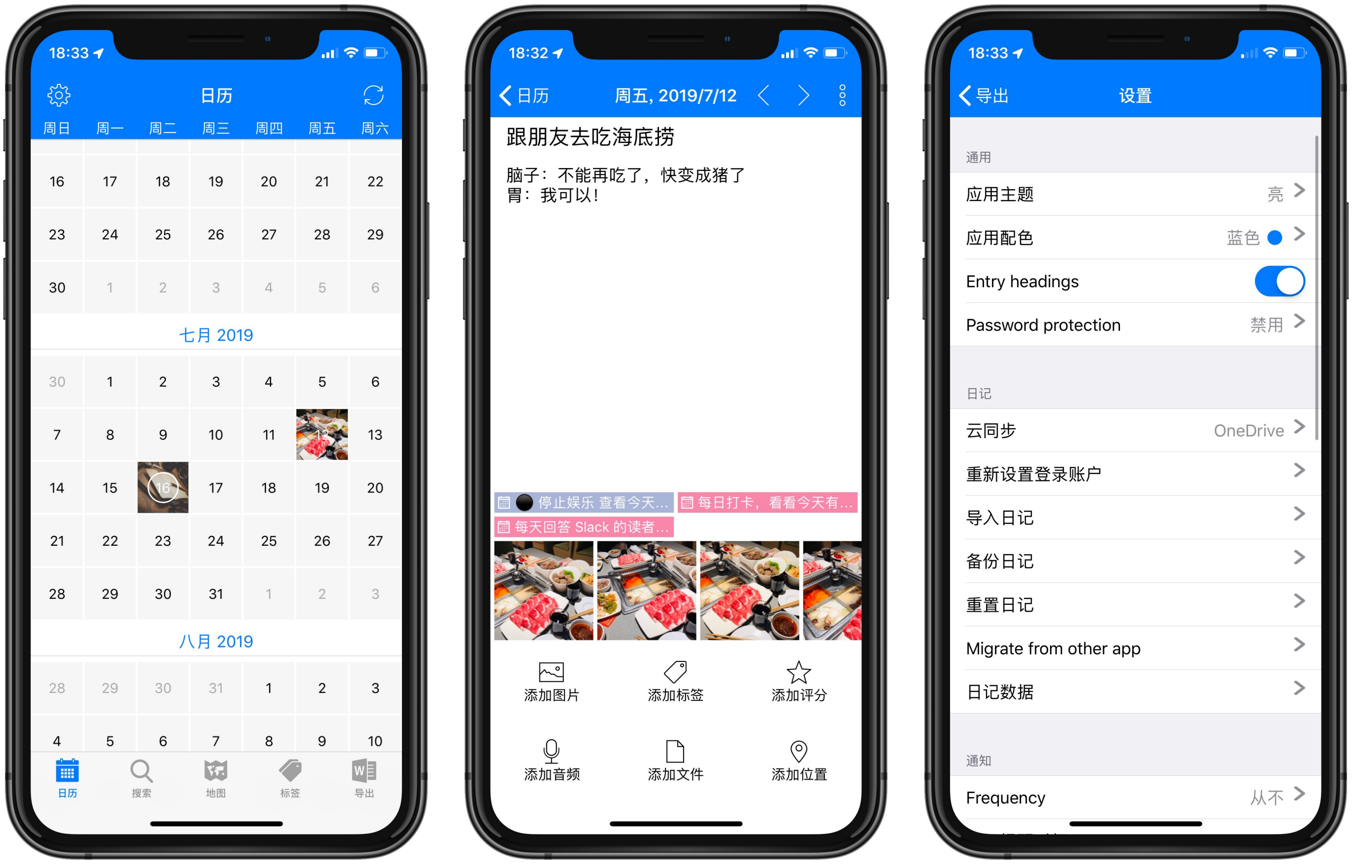
默认文本：今天，我... ...

默认显示：时间线

云同步：OneDrive

Diraium 的桌面版

支持 OneDrive、Google Drive、Dropbox、WebDAV 进行云同步。支持日历、天气、位置，甚至可以通过 Google 健康添加步数。标签、密码、导入导出等功能一应俱全，还能导出为 .docx 格式，算得上是一款地道的 Windows 应用。虽然在功能细节、精致程度上和 Day One 还有一定的差距，但仍然是一款功能完备的日记应用，推荐给喜欢在电脑上写日记的 Windows 用户。


18:33
日历
周日 周一 周二 周三 周四 周五 周六
七月 2019
八月 2019
日历 搜索 地图 标签 导出
18:32
日历
周五, 2019/7/12
停止娱乐 查看今天…
每日打卡，看看今天有…
每天回答 Slack 的读者…
添加图片 添加标签 添加评分
添加音频 添加文件 添加位置
18:33
导出
设置

跟朋友去吃海底捞

脑子：不能再吃了，快变成猪了
胃：我可以！

通用
应用主题 亮
应用配色 蓝色 ●
Entry headings ●
Password protection 禁用

日记
云同步 OneDrive
重新设置登录账户
导入日记
备份日记
重置日记
Migrate from other app
日记数据

通知
Frequency 从不

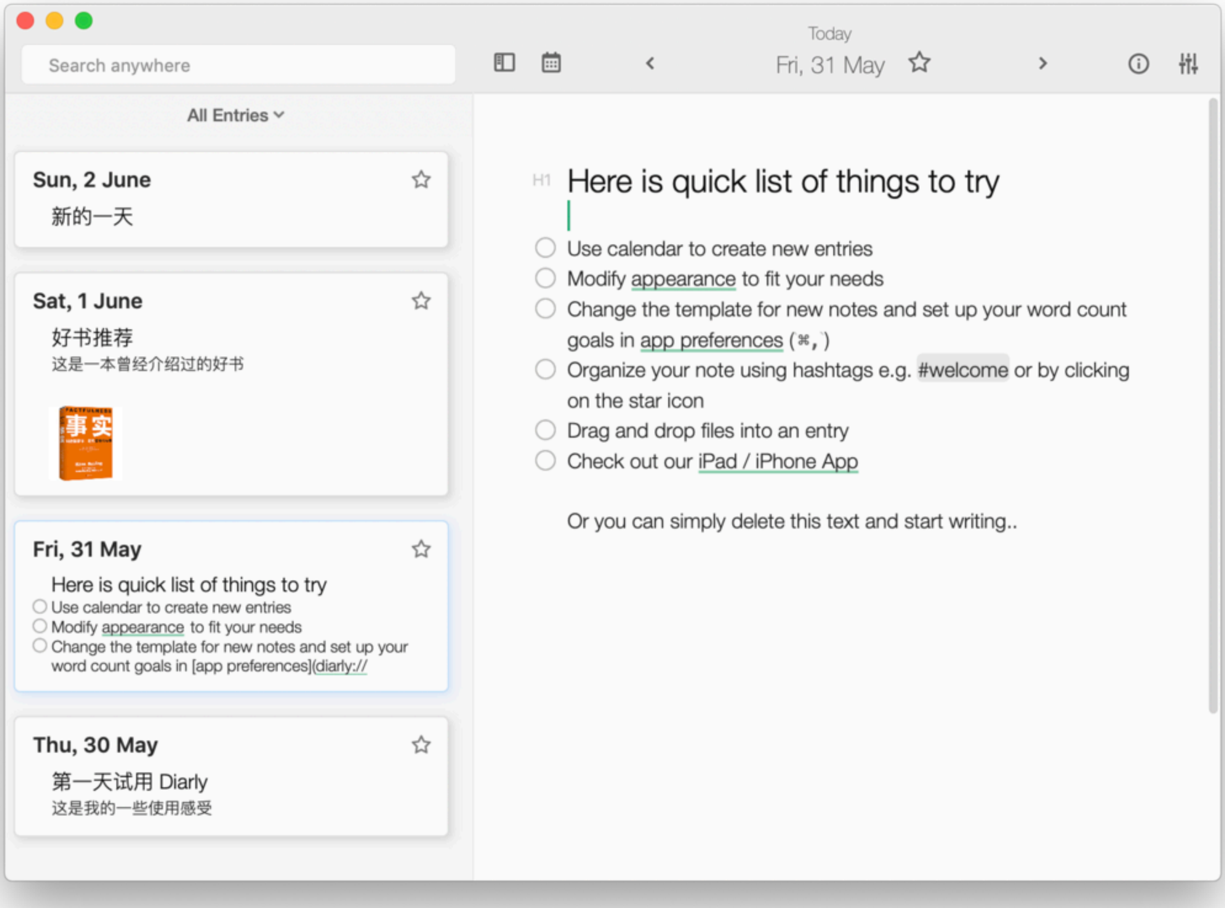
Diraium 的 iOS 版

如果你不喜欢 UWP 应用，Windows 还有另一款传统的 x86 日记应用：Glimpses，功能不错，目前免费。但是它只能用 Gmail + Dropbox 登录同步，和 Journey 有着类似的问题。而且没有做本地化，如果有需求可以选择。

对比小结： Diarium 精致程度不如 Day One，但为 Windows 用户提供了客户端，功能也比较全面，可以一试。

各有特点的其他日记应用

Diarly 在 第 24 期奏折 中作为 Setapp 新上架的一款日记应用出现过。这是一款轻量级的日记应用，界面精美，干净易用，提供了 macOS 和 iOS 版，通过 iCloud 同步。Diarly 是围绕着日历的功能来做的，也就是说每天只能添加一篇日记，当天的图文都在这篇日记中。



Sun, 2 June
新的一天

Sat, 1 June
好书推荐
这是一本曾经介绍过的好书

Fri, 31 May
Here is quick list of things to try
○ Use calendar to create new entries
○ Modify appearance to fit your needs
○ Change the template for new notes and set up your word count goals in [app preferences](diarly://

Thu, 30 May
第一天试用 Diarly
这是我的一些使用感受

Here is quick list of things to try

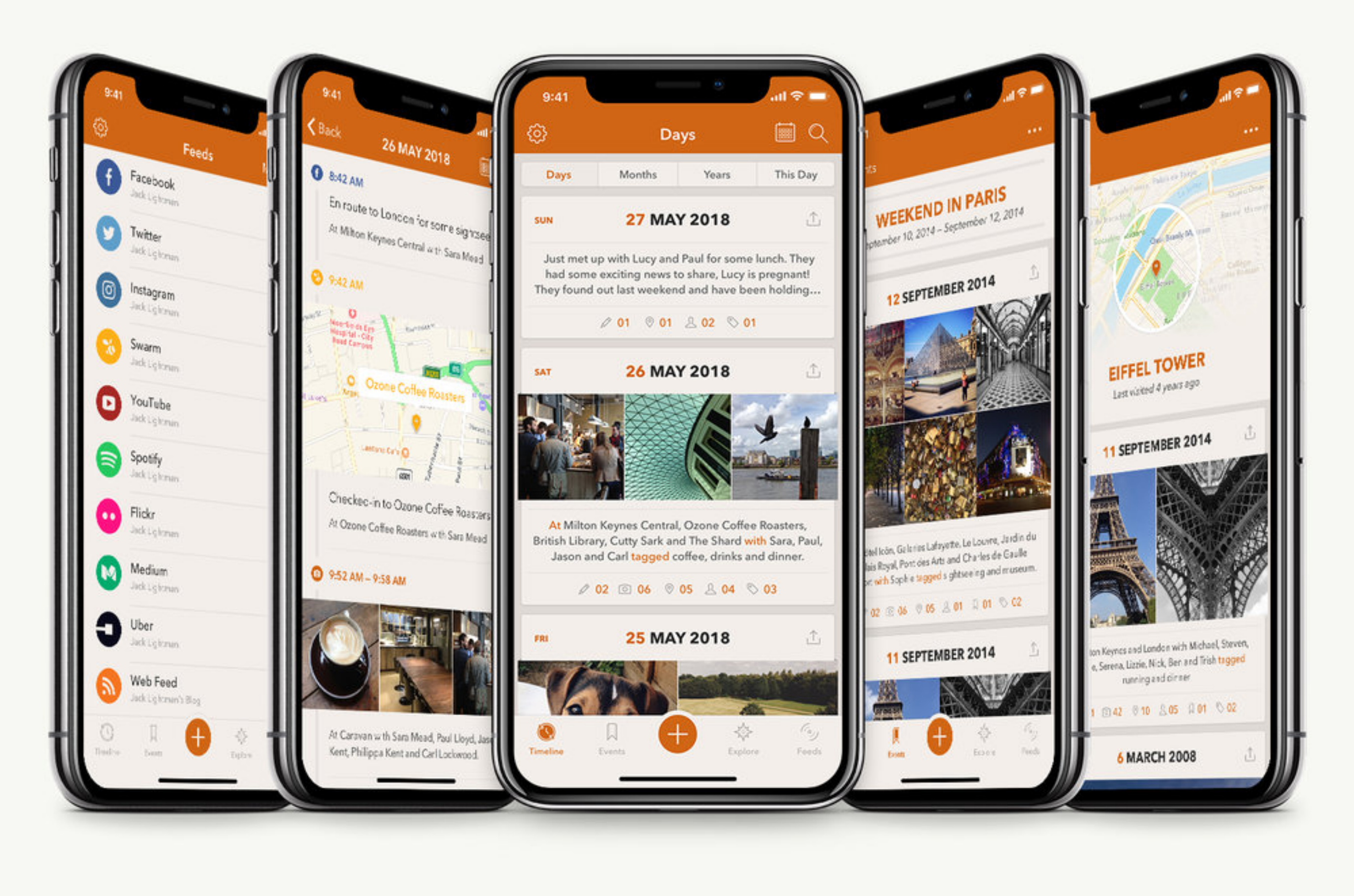
○ Use calendar to create new entries
○ Modify appearance to fit your needs
○ Change the template for new notes and set up your word count goals in app preferences (⌘,)
○ Organize your note using hashtags e.g. #welcome or by clicking on the star icon
○ Drag and drop files into an entry
○ Check out our iPad / iPhone App

Or you can simply delete this text and start writing..

Diarly

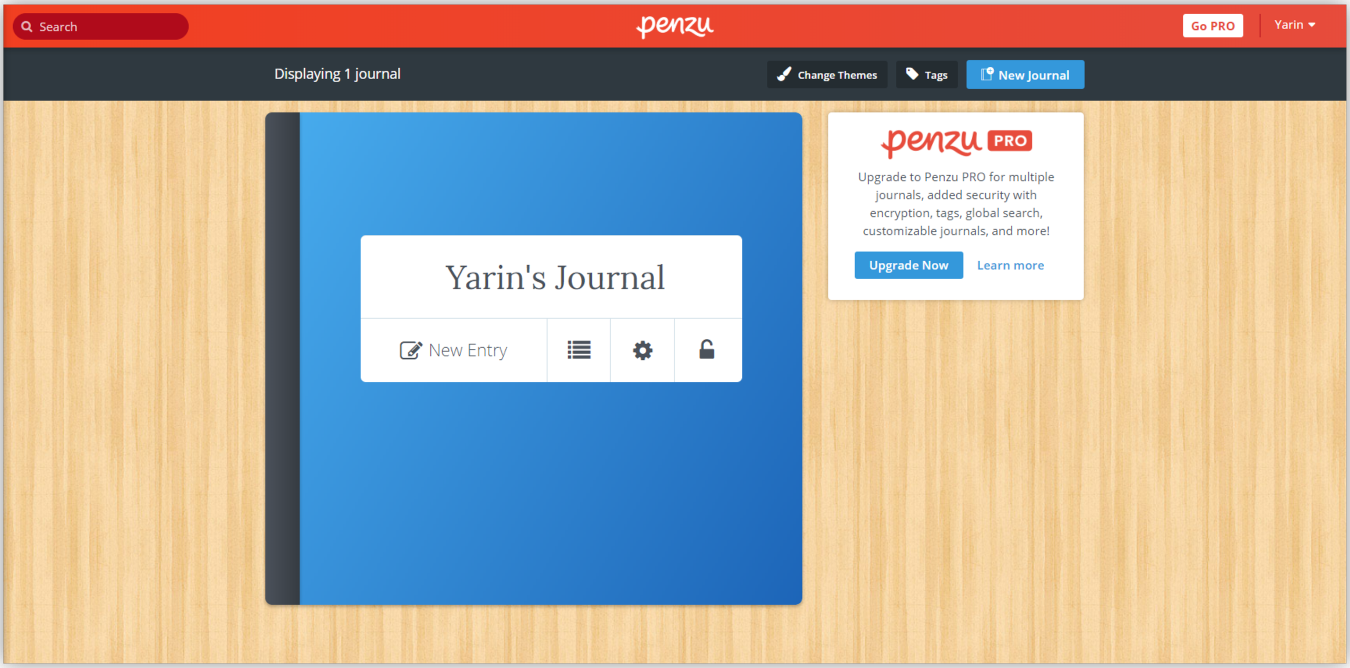
Momento是一款中规中矩的日记应用，功能很全，但细节不

足，日记信息全部需要自己添加。特点在于每天一篇的形式中有单独的当日时间流。还提供了不少服务提供 Feeds 填充服务，相当于把国外社交网站上的推文整合到应用内，这有点类似 Day One 的「活动源」功能。



Momento / 来自官网

Penzu 是一款不错的网页端日记服务，提供了网页版和 iOS、Android 客户端，网页端做的很精美，带有一些拟物化的设计，但国内访问网页端缓慢。


Search
penzu
Go PRO
Yarin
Displaying 1 journal
Change Themes
Tags
New Journal
Yarin's Journal
New Entry
penzu PRO
Upgrade Now
Learn more

Upgrade to Penzu PRO for multiple journals, added security with encryption, tags, global search, customizable journals, and more!

Panzu 以网页端为主

这些日记应用，他们有着不错的功能和界面，但是在核心功能上比 Day One 差了不少，用到最后就会发现，如果没有元数据整合、没有回顾，那么这款应用和笔记应用没有本质区别，只是在组织形式上有所创新。

上面提到的这些竞品有着丰富的特色功能，你可以根据自己的喜好来挑选。但我认为能在整体上和 Day One 一拼的可能只有 Journey，考虑到功能稍弱和网络环境，也只能遗憾退场。**只有 Day One 做到了物尽其用，以做好日记为己任，是当之无愧的最佳选择。**

为什么不要用免费、极简的日记应用?

选择日记应用需要谨慎，因为日记和照片一样，都是独此一份的珍贵回忆，即便有备份也不能掉以轻心。所以使用免费的、极简的日记应用都是不负责任的行为。

你可能觉得「写个日记都要花钱订阅」而觉得不值，**但偏偏免费日记应用是极难获得收入的**，没有人会愿意在日记应用中看到广告。优秀的日记应用为了长期存活下去，是不会选择免费的。那些连个客户端都不愿意做，只有一个纯网页版、小程序版、甚至是用邮件发送的日记应用更是危险。如果遇上一个不怎么负责的开发者，你费尽心血写的日记可能就在某次停止更新中灰飞烟灭了。

稍好一些的日记应用则有另一个问题：**一部分开发者没有理解日记是什么，就开始做日记应用了**。有一些所谓的日记应用可能是开发者拿来练手的，甚至只是一个「列表加编辑器」，这些轻量级的日记应用，「极简」到连图片都不能放，只能纯文字记录、主打的是换背景、换字体，配合一些文艺范的排版，就敢于宣称自己是「日记本」。我认为这种应用只能算是一种简单的笔记工具，或是「晒图专用日记本」，实际功能上考虑的并不多，和记事本没有多少区别。

总结

相比之下，Day One 的设计理念丰满，功能全面，由浅入深，使用起来又不会让人觉得复杂，**你只要像发朋友圈一样对待写日记**，剩下的工作就交给 Day One 来帮你解决。

我还记得 2016 年 Day One 从 1 升级到 2 时内购转订阅制引发了不小的争议，不少人难以接受其高昂的售价纷纷吐槽，当时的更新力度确实较差，连我自己都在知乎对它做出了失望的评价。现在回头来看，许多应用纷纷转向订阅制，随便一款修图工具都敢于开出每年两三百元的订阅费，**以 Day**

One 提供的功能质量、后续的更新内容来看，它偏高的售价是相对合理的。更何况不付费的免费用户也能继续使用和 Day One 1 功能持平（但没有云同步）的 Basic 版，只是有了 Premium 版作比较，许多人才会觉得限制太多。

还有一点不得不提，**我注意到 Day One 开发商的责任感很强**。Day One 在转为订阅制时，非常良心地为老用户提供了永久的 Plus 会员，而且不需要订阅 Premium 来维持会员资格。这相当于免费获得了一次大更新。**另外当初提到的大量问题（包括卡顿问题）如今已经修复优化的差不多了**。仅凭这两点就胜过了不少喜欢「先斩后奏」的国内日记应用，我想，只有有着这样的责任感和担当的公司，才能做出一款合格的日记应用，才敢于把自己的记忆交给它来保管。